

# familien-merkbzettel

## april | 2019

## west

Familienfreundlichkeit sichtbar machen!

Als unabhängige Servicestelle für Familien haben wir für Sie in diesem Monat einige Angebote ausgewählt.

Weitere Angebote zur Unterstützung und Entlastung im Alltag:

[www.familiennetz-bremen.de](http://www.familiennetz-bremen.de)

### bremer ferienkompass

- › für Kinder, Jugendliche und Eltern
- › in den Bremer Osterferien
- › verlässliche Betreuungsangebote

Kosten/Anmeldung

[www.bremer-ferienkompass.de](http://www.bremer-ferienkompass.de)

### Osterferienprogramm

- › für Kinder (8–12 Jahre)
- › buntes Programm

Mo. 8.4. – Fr. 12.4./8–15 Uhr

12,00 € pro Tag/Anmeldung

Arbeiter-Samariter-Bund (ASB)

Tel. 0421. 386 90 638

### Kunst mit Stock und Stein

- › für Kinder (6–12 Jahre)
- › Osterferienkurs

Mo. 8.4. – Fr. 12.4./10–13 Uhr

20,00 €/Anmeldung

Kultur Vor Ort

Tel. 0421. 98 99 70 17

### Elternberatungsgruppe

- › für Eltern mit Kindern  
(bis 1,5 Jahren)
- › Beratung, Erfahrungsaustausch

jeden Mi./12.30–14 Uhr  
kostenlos

Haus der Familie Walle

Te. 0421. 361 82 84

## familiennetz bremen

Faulenstraße 31-35  
28195 Bremen  
Telefon 0421-790 89 18

Die Senatorin für Soziales,  
Jugend, Frauen, Integration  
und Sport



Freie  
Hansestadt  
Bremen



# april | 2019

## Mama Zumba

- › für Frauen nach der Geburt (8–10 Wochen)
- › Ganzkörper-Fitness

Fr. ab 12.4./11–12 Uhr  
90,00 €/Anmeldung  
DIAKO Gesundheitsimpulse  
Tel. 0421. 610 221 01

## Frühlingserwachen in der Wupp-Wildnis

- › für Kinder (ab 7 Jahren)
- › Osterferienprogramm

Mo. 15.4. – Do. 18.4./10–14 Uhr  
40,00 €/Anmeldung  
Waller Umweltpädagogik Projekt  
Tel. 01578. 865 12 88

## Großelterntreff

- › für Großmütter und Großväter
- › moderierter Gesprächskreis

jeden Di./16–18 Uhr  
kostenlos  
Haus der Familie Walle  
Tel. 0421. 361 82 84

## Verbraucherberatung im Quartier

- › für Bewohner\*innen aus Gröpelingen
- › unabhängige Rechtsberatung

jeden Fr./14–17 Uhr  
kostenlos  
Gesundheitstreffpunkt West  
Tel. 0421. 61 70 79

## Selbstverteidigung

- › für Frauen
- › Wochenendseminar

Sa. 27.4. – So. 28.7./10–15.15 Uhr  
37,00 €/Anmeldung  
VHS West  
Tel. 0421. 361 123 45

## Vater sein

- › für Väter mit Kindern (0–10 Jahre)
- › dreimonatiger Kurs

Termine erfragen  
Kosten erfragen/Anmeldung  
IMPULS Deutschland Stiftung e.V.  
Tel. 0421. 696 786 19

... und noch viel mehr unter: [www.familiennetz-bremen.de](http://www.familiennetz-bremen.de)